

УДК 159.923.2-053.67:159.937.53

Особливості часової перспективи та самоствавлення особистості в юнацькому віці

Яворовська Л.М., Коноплянко Т.І.

Статья посвящена изучению временной перспективы, а именно – ее связи с самоотношением личности на разных этапах одного возрастного периода. По мнению авторов, специфика временной перспективы может быть связана с характером основной деятельности личности. По результатам проведенного эмпирического исследования, были определены особенности временной перспективы и самоотношения личности раннего, среднего и старшего юношеского возраста. Изучена взаимосвязь между ними на каждом этапе развития личности в юношеском возрасте. Описаны феномены временной перспективы: «фантом настоящего» и «феномен лестницы». Последние рассматриваются как личностные особенности, которые могут проявляться в старшем юношеском возрасте.

Ключевые слова: временная перспектива, сбалансированная временная перспектива, самоотношение, юношеский возраст, особенности, взаимосвязь, феномен.

Стаття присвячена вивченню часової перспективи, а саме – її зв'язку із самоствавленням особистості на різних етапах одного вікового періоду. На думку авторів, специфіка часової перспективи може бути пов'язана із характером основної діяльності особистості. За результатами проведеного емпіричного дослідження, визначено особливості часової перспективи і самоствавлення особистості раннього, середнього і старшого юнацького віку. Вивчено взаємозв'язок між ними на кожному з етапів розвитку особистості в юнацькому віці. Описано феномени часової перспективи: «фантом теперішнього» і «феномен сходів». Останні розглядаються як особистісні особливості, що можуть проявлятися у старшому юнацькому віці.

Ключові слова: часова перспектива, збалансована часова перспектива, самоствавлення, юнацький вік, особливості, взаємозв'язок, феномен.

The article focuses on exploring of time perspective – specifically, its correlation with personality's self-attitude at different stages of the same age period. According to the authors, the time perspective specific may be related with the nature of personality's main activity. According to the results of an empirical investigation, were identified the time perspective and self-attitude differences of early, middle and older adolescents. Was investigated the correlation between these personality's constructs on the every stage of personal development in adolescence. Were described the time perspective phenomena – namely, «The Phantom of the Present» and «The Phenomenon of Stairs». These phenomena are considered as personality characteristics that may occur in older adolescents.

Keywords: time perspective, balanced time perspective, self-attitude, adolescence, differences, correlation, phenomenon.

З сучасним прогресом, зростанням конкуренції на ринку праці, молоді важливо усвідомлено і збалансовано керувати своїм життям. Часова перспектива грає вирішальну роль у регуляції діяльності і життя особистості. Наш спосіб життя, спілкування з людьми, наші вчинки, рішення пронизані тим, як ми сприймаємо час. Але найголовніше, що вплив часової перспективи на життя особистості, на думку багатьох дослідників, є малоусвідомлюваним [1; 5; 7; 9; 10; 12].

У даній статті ми головним чином спираємося на підхід Ф. Зимбардо та Дж. Бойда щодо вивчення часової перспективи особистості. Також проблему часової перспективи у психології вивчали Л. Френк, К. Левін, О. Кронік, Є. Головаха, К. Абульханова-Славська, В. Ковальов, Т. Березіна.

Першими вченими, які звернули увагу на поняття часової перспективи, її важливість у психологічному житті особистості, були Л. Френк та К. Левін. Вони визначали часову перспективу як існуючу у теперішній момент (психологічне теперішнє) цілісність бачення індивідом свого психологічного майбутнього і свого психологічного минулого. Вона є інтеграцією минулого, теперішнього і майбутнього у психологічному життєвому просторі індивіда. Цей індивідуальний спосіб бачення світу виявляється у інтерпретаціях людиною свого минулого, теперішнього і майбутнього [3].

Вченими вітчизняної психології, які зробили внесок у вивчення проблеми часової перспективи, є Є.І. Головаха, О.О. Кронік, К.О. Абульханова-Славська, В.І. Ковальов, Т.Н. Березіна. Розробники причинно-цільової концепції психологічного часу Є. І. Головаха, О.О. Кронік в якості проблеми дослідження психології часової перспективи визначили особливості відображення та оцінювання людиною свого життя. Основним предметом вивчення є події минулого, теперішнього і майбутнього в їх взаємозв'язку [5]. К.О. Абульхановою-Славською, В.І. Ковальовим і Т.Н. Березіною розроблюється поняття „часової трансспективи”, що означає „здатність свідомості об'єднувати у теперішньому минуле і майбутнє, і таким чином інтегрувати час свого життя” [2].

Можна сказати, що поняття часової перспективи в орієнтаційному підході зарубіжної психології, та часової трансспективи в вітчизняній психології є синонімічними.

Згідно Ф. Зимбардо та його співавтора Дж. Бойда, які продовжили ідеї К. Левіна, «часова перспектива – це частіше неусвідомлюване відношення особистості до часу і процес, за допомогою якого тривалий перебіг існування об'єднується у часові категорії, що допомагає упорядкувати наше життя, структурувати його та надати йому сенсу» [1]. Тобто вчені акцентують увагу на тому, що часова перспектива, орієнтація на майбутнє, теперішнє, або минуле, може не усвідомлюватися, або мало усвідомлюватися.

Важливість вивчення часової перспективи, за її впливу на життєдіяльність особистості, підтверджується останніми дослідженнями: вивчення гендерних особливостей, осіб із залежністю від психоактивних речовин, особливостей здоров'я-орієнтованої поведінки особистості (health-related behaviour) [7; 9; 10].

Сучасній людині, а особливо молоді, надзвичайно важливо бачити свої можливості, незважаючи на невдачі в минулому. Цінувати момент зараз, щоб не жалкувати про його упуцнення через роки після.

Кар'єрно зростати, але, зростаючи, не забувати про особисте життя. Ф.Зимбардо зі співавторами виділяють збалансовану часову перспективу (орієнтацію) - психологічний конструкт, пов'язаний з гнучким перемиканням між роздумами про минуле, теперішнє або майбутнє, в залежності від ситуативних вимог, оцінки ресурсів, особистісних і соціальних оцінок. Вчені припускають, що оптимальний профіль часової перспективи відповідає певному поєднанню показників за шкалами часових орієнтацій [11]. Передбачається, що така часова орієнтація є найбільш оптимальною часовою перспективою з точки зору психологічного та фізичного здоров'я, а також функціонування індивіда в суспільстві [1]. Підтвердженням цього є результати роботи голландських вчених Й. Вовінкеля, Е.Т. Бохльмейєра та Г.И. Вестерхофа. За результатами їх дослідження чим уважнішою стає особистість до себе, подій навколо, тим збалансованішою стає її часова перспектива, і тим вищою стає задоволеність життям [12].

Самоставлення – це інтегральне утворення самосвідомості, що проявляється у формі переживання, відносно стійкого відчуття особистості щодо себе, своїх якостей, вчинків, намірів [6]. За В.В. Століним, самоставлення обслуговує активність людини, виконуючи роль зворотного зв'язку інформацією про «внесок» суб'єкта в його власну активність.

На нашу думку, цікавим є дослідження взаємозв'язку часової перспективи та самоставлення, і особливостей цього взаємозв'язку на різних етапах одного вікового періоду. У нашому випадку, це період юності – вік пошуків себе, вік професійної самореалізації. Можливо, в залежності від етапу вікового періоду часова перспектива має свої відмінності у відношенні домінуючих орієнтацій. Також маємо припущення, що в залежності від етапу юнацького віку однакові орієнтації пов'язані з різними аспектами самоставлення, та навпаки. Отже, для збалансування часової перспективи необхідно буде впливати на різні часові орієнтації особистості юнацького віку в залежності від того, на якому етапі свого розвитку вона знаходиться. Наведені вище думки надихнули нас на проведення емпіричного дослідження, що є продовженням нашої наукової діяльності за даною проблематикою.

За мету дослідження ми мали вивчення взаємозв'язку між часовою перспективою та самоставленням особистості на різних етапах її вікового розвитку у період юності. Тому ми поставили певні завдання для досягнення мети:

1. Вивчити особливості часової перспективи та самоставлення особистості на різних вікових етапах її розвитку у період юності;
2. Визначити особливості взаємозв'язку часової перспективи та самоставлення особистості раннього, середнього та старшого юнацького віку.

У якості досліджуваних виступили 90 осіб юнацького віку: учні випускних класів середнього навчального закладу (30 осіб), студенти 3-5 курсів факультетів ХНУ імені В.Н. Каразіна (30 осіб), молоді працівники (30 осіб).

За Д.Б. Ельконіним та В.В. Давидовим, період юності особистості визначається її віком від 16-17 і до 24 років. Також вчені виділяють два етапи юності: ранню (16-17 років) та пізню (18-24 років). Але ми припускаємо, що часова перспектива і самоставлення особистості можуть бути пов'язані не тільки з її віком, а і з типом основної діяльності, яку реалізує особистість на певному етапі юнацького віку. Якщо у ранній юності (16-17 років) це учбова діяльність, то у першій половині пізньої юності (18-21 років) – це вже учбово-професійна діяльність, тобто здобуття професійних знань для їх майбутньої реалізації. А для другої половини пізньої юності (22-24 роки) притаманна вже професійна діяльність, тобто реалізація тих професійних знань, які були отримані раніше.

Тому згідно завдань дослідження вибірку було поділено на три групи за віковим показником та типом основної діяльності. Таким чином, умовно ми виокремили наступні етапи юнацького періоду: I група – ранній юнацький вік (16-17 р.), II група – середній юнацький вік (18-21 р.), III група – старший юнацький вік (22-24 р.).

Для вивчення часової перспективи та самоставлення досліджуваних ми використовували наступні методики:

1. Методика дослідження самоставлення особистості «Тест-опитувальник «Самоставлення»» (В.В. Столін, С.Р. Пантілеєв) [6];
2. Методика дослідження часової перспективи ZTP1 (Ф. Зимбардо, А. Гонзалес) [1; 4; 8];
3. Методика дослідження часової перспективи трансцендентного майбутнього TFTP1 (Дж. Бойд, Ф. Зимбардо) [1].

При обробці результатів для дослідження відмінностей обчислювався t-критерій Ст'юдента для незалежних вибірок, та r-критерій Пірсона для дослідження кореляції.

Спочатку ми вивчали особливості часової перспективи досліджуваних за критерієм віку (ранній, середній та старший юнацький вік), потім за статевим показником на кожному з етапів юнацького віку. Далі проводився аналіз особливостей самоставлення за тим самим алгоритмом.

Аналіз результатів дослідження показав, що часова перспектива досліджуваних раннього юнацького віку є незбалансованою: необхідне підвищення показників за шкалами Позитивного минулого та Майбутнього, та зниження показників Негативного минулого, Гедоністичного теперішнього та Трансцендентного майбутнього. Події життя досліджуваних цього віку сприймають, як задалегідь передбачені (закінчення школи, іспити). Хвилювання перед очікуваною відповідалністю, що сприймається як доленосна, обумовлює життя на повну у теперішньому. Досліджуваних аналізують невдачі задля уникнення їх у майбутньому, адже попереду випускників очікує доросле життя. Дівчата більш тепло і весело ставляться до свого минулого. Юнаки ж більше орієнтовані на майбутнє. Це може бути пов'язано з формуванням думок щодо подальшого свого становлення в житті як чоловіка.

Для досліджуваних цього віку характерно вираження аутосимпатії та самоінтересу, що пов'язано, на нашу думку, із потребою у професійному самовизначенні. При чому дівчата більш орієнтовані на пізнання себе, самовдосконалення. Хлопці ж мають невиражений показник самозвинувачення, тобто вони не розглядають невдачі як наслідки власної поведінки.

Завдяки виявленим кореляціям можемо стверджувати, що орієнтація досліджуваних раннього юнацького віку на реконструювання минулих подій з негативним відтінком, як сукупності невдач і поразок, призводить до зниження позитивного самоставлення досліджуваних. Виражена орієнтація Гедоністичного теперішнього обумовлює зниження самопослідовності. Через прагнення отримання задоволення від життя, для учнів виникає загроза дефіциту часу для важливих справ – їм необхідно навчитися цінувати час. Зв'язку між домінуючою орієнтацією Трансцендентного майбутнього та самоставленням особистості досліджуваних встановлено не було. Можна сказати, що віра у вдачу і підтримку з Неба є культурно-обумовленою, і з самоставленням особистості вона ще не має зв'язку.

Часова перспектива досліджуваних середнього юнацького віку є недостатньо збалансованою. Показник орієнтації на Позитивне минуле та Майбутнє є недостатньо високими. На нашу думку, це можна пов'язати з невпевненістю особистості даного віку щодо своєї професійної реалізації. Відмінності часової перспективи юнаків та дівчат виявилися не значимими.

За умов реалізації учбово-професійної діяльності активується пошук вірних дій, вчинків, з'являється прагнення до формування компетенції, а для цього необхідна підтримка, думка оточення. Досліджувані цього віку вимогливі до себе, оскільки важливим для них стає успішний професійний розвиток у сфері набуття знань. Але вони перебувають у кризі – вони не певні, чи вірний шлях професійного становлення вибрали.

Дівчата середнього юнацького віку більш відкриті своїм переживанням, своєму внутрішньому світу. Ми це пояснюємо тим, що для жінок більш характерною є емоційність, для чоловіків – раціоналізм (розглядаємо, що відкритість своїм почуттям і переживанням є емоційно обумовленими).

Проаналізувавши виявлені кореляції, можемо сказати про позитивне сприйняття досліджуваними минулого досвіду, і теперішній інтерес до себе та прагнення до самовдосконалення. Вони не закриваються від своїх думок щодо минулого, і навіть у невдачах знаходять позитивний сенс. Будучи послідовними у своїй поведінці, вчинках – вони зазнають менше невдач. Але зниження самопослідовності обумовлює домінування орієнтації на Трансцендентне майбутнє, тобто лінощі підсилюють віру студентів у фарт, та підтримку, від них незалежну.

Часова перспектива досліджуваних старшого юнацького віку є достатньо збалансованою. Вдосконалення у сфері професійної діяльності для молодих працівників може обумовлювати їх орієнтацію на Майбутнє: особистість будує життєві плани, можливості кар'єрного зростання. Події минулого сприймаються позитивно, адже самостійне життя, особливо на початку професійної реалізації, містить у собі більше складнощів, ніж у дитинстві. Підвищений показник Трансцендентного майбутнього можна, на нашу думку, пояснити потребою в актуалізації віри досліджуваних у свої можливості, вірою в успіх, у зміну смуги невдач на фарт і т.п. Можливо, таке відношення до подій може бути одним із шляхів визволення переживань з приводу нестабільності життєвої ситуації у старшому юнацькому віці.

Для юнаків професійна діяльність сприймається як задоволення, адже працюючи, вони реалізують себе як чоловіки. Також статистично вищою є самопослідовність, що підтверджує притаманний чоловікам раціоналізм у поведінці. Дівчатам же характерно більш позитивне ставлення до себе, до почуттів, і не заперечення останніх. Але для обох статей низька вимогливість щодо себе обумовлює схильність особистості цього віку до орієнтації Гедоністичного теперішнього: занурення у гедонізм не сприймається як неконструктивне.

Негативні події життя для досліджуваних – досвід, який треба прийняти з користю, проаналізувавши його. Але елементаристське відношення до подій пропонує зниження їх позитивної реконструкції.

Чим більш впевнена у собі особистість у старшому юнацькому віці, тим менше вона може сприймати свій досвід як позитивний. Віра у свої можливості, впевненість у собі дає стимул до прагнення все більш кращого, до високих досягнень. І тому минулий досвід стає менш значимим. Ми назвали це «феномен сходів».

Прагнучи до реалізації бажаного особистість будує план, стратегію, що є свідченням її послідовності. І чим більше вона орієнтована на майбутнє, тим більшою стає самопослідовність. На нашу думку, це виражається у так званому «фантомі теперішнього». Таким чином, за високої самопослідовності особистість не живе у теперішньому, вона не може відчутти життя. Її життя є майбутнє, якого ще нема. Описані феномени ми розглядаємо як особистісні особливості, що можуть проявлятися у старшому юнацькому віці.

Таким чином, обробка результатів дозволила нам сформулювати наступні висновки. Особливостями часової перспективи та самоставлення особистості у юнацькому віці є:

1. Ранній юнацький вік. Часова перспектива досліджуваних є не збалансованою. Події життя досліджуваних цього віку сприймають, як заздалегідь передбачені. Жага до веселощів, життя на повну у теперішньому обумовлюється страхом браку часу у майбутньому. Досліджувані аналізують невдачі задля уникнення їх у майбутньому. Дівчата більш тепло і весело ставляться до свого минулого. Юнаки ж більше орієнтовані на майбутнє.

Для самоставлення досліджуваних характерна вираженість аутосимпатії та самоінтересу, що пов'язано із потребою у самоаналізі, адже випускникам важливо професійно самовизначитися. Дівчата більш орієнтовані на пізнання себе, самовдосконалення, як прояв прагнення до першості серед дівчат-одноліток. Хлопці не розглядають невдачі як наслідки власної поведінки.

2. Середній юнацький вік. Часова перспектива досліджуваних також є недостатньо збалансованою, що пов'язано із їх невпевненістю щодо професійної реалізації. І юнаки і дівчата знаходяться у кризі «середини навчання».

За умов реалізації учбово-професійної діяльності активується пошук вірних дій, вчинків, в самоставленні досліджуваних з'являється прагнення до формування компетенції, а для цього необхідна підтримка, думка оточення. Досліджувані вимогливі до себе. Дівчата цього віку більш відкриті своїм переживанням за їх більш емоційної природи.

1. Старший юнацький вік. Часова перспектива у цьому віці достатньо збалансована. Більш актуальними для досліджуваних є не гедоністичні тенденції. Події минулого сприймаються позитивно,

адже самостійне життя, особливо на початку професійної реалізації, містить у собі більше складнощів, ніж у дитинстві. У досліджуваних наявна потреба віри у свої можливості, в успіх, у фарт. На нашу думку, це може бути одним із шляхів визволення переживань з приводу нестабільності життєвої ситуації. Для юнаків професійна діяльність сприймається як задоволення: працюючи, вони реалізують себе як чоловіки.

Самоставлення хлопців відрізняється вищою самопослідовністю, що підтверджує притаманний чоловікам раціоналізм у поведінці. Дівчатам же характерно більш позитивне ставлення до себе, до почуттів, і не заперечення останніх – дане розглядаємо як наслідок відкритості своєму внутрішньому світові. Але для обох статей професійна діяльність, досягнення самостійності у матеріальному аспекті знижують самозвинувачення особистості.

Також ми визначили наступні особливості взаємозв'язку часової перспективи та самоставлення особистості у юнацькому віці:

1. Ранній юнацький вік. Орієнтуючись на минулі поразки і невдачі, учні не приймають себе, в них підвищується самозвинувачення, знижується самопослідовність, самовпевненість і самоповага. Також, за прагнення отримання задоволення від життя, для учнів виникає загроза дефіциту часу для важливих справ.

2. Середній юнацький вік. Страх перед невизначеним майбутнім є актуальним для студентів. Вони не закриваються від своїх думок щодо минулого, і навіть у невдачах знаходять позитивний сенс. Будучи послідовними у своїй поведінці, вчинках – вони зазнають менше невдач. Але зниження самопослідовності обумовлює домінування орієнтації на Трансцендентне майбутнє, тобто лінощі підсилюють віру студентів у фарт, та підтримку, від них незалежну.

3. Старший юнацький вік. У разі низької вимогливості щодо себе особистість цього віку починає схилитися до гедоністичної поведінки. Негативні події життя для них – досвід, який треба прийняти з користю, проаналізувавши його. Але елементаристське відношення до подій пропонує зниження їх позитивної реконструкції.

Чим більш впевнена у собі особистість у цьому віці, тим менше вона може сприймати свій досвід як позитивний – «феномен сходів». Чим більше особистість орієнтується на майбутнє, тим більшою стає її самопослідовність – «фантом теперішнього». Описані феномени є особистісними особливостями, що можуть проявлятися у старшому юнацькому віці.

Таким чином, у юнацькому віці чим старшою стає особистість, тим більш вона стає стратегічно орієнтованою: вона свідомо планує життя. З віком розвиненішим стає і самоставлення: особистість не заперечує свій досвід, приймає його, сприймає як корисний.

За отриманих результатів, перспективами наших досліджень є:

- 1) Дослідження особливостей часової перспективи осіб з кібер-залежністю;
- 2) Створення і реалізація тренінгової програми для навчання учнів випускних класів ефективному розподілу часу, і дослідження дієвості цієї програми;
- 3) Подальше емпіричне вивчення описаних феноменів часової перспективи: «феномену сходів» та «фантому теперішнього».

Literatura

1. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь [Текст] / Ф. Зимбардо, Дж. Бойд. – СПб.: Речь, 2010. – 352 с.
2. Ковтун Ю. Ю., Котельникова Ю. О. Исследование роли осмысленности жизни и рефлексивности в переживании времени [Електронний ресурс] / Ю. Ю. Ковтун, Ю. О. Котельникова. - Режим доступу: http://conf.msu.ru/archive/Lomonosov_2007/16/Kovtun_YuYu.pdf.
3. Левин К. Динамическая психология: Избранные труды [Текст] / К. Левин. – М.: Смысл, 2001. – 572 с.
4. Митина О. В., Сирцова А. Опросник по временной перспективе Ф. Зимбардо (ZTPI): результаты психометрического анализа русскоязычной версии [Текст] / О.В. Митина, А. Сирцова // Вестник московского университета : науч. журн. – Серия 14 -ПСИХОЛОГИЯ. – 2008, №4. – с. 67-90.
5. Савлакова Н. М. Временная перспектива личности : теоретический анализ проблемы [Текст] / Н. М. Савлакова // Философия и социальные науки : науч. журн. – 2010. - № 3. – с. 21–23 .
6. Столин В. В. Психодиагностика самосознания [Текст] / В.В. Столин и др. // Общая психодиагностика: гл. 9. - СПб.: изд. «Речь», 2000. – с. 340-384.
7. Crockett R. A., Weinman J., Hankins M., Marteau T. Time orientation and health-related behaviour: Measurement in general population samples [E-source] / R. A. Crockett, J. Weinman, M. Hankins, T. Marteau // PubMed Central (PMC) : Psychology and Health. – March, 2012 – Download stream: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2657323/>
8. EMCDDA. Zimbardo Time Perspective Inventory – ZTPI [E-source] // European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. Download stream: www.emcdda.europa.eu/html.cfm/index89378EN.html
9. Keough K. A., Zimbardo P. G., Boyd J. N. Who's Smoking, Drinking and Using Drugs? Time Perspective as a Predictor of Substance Use [Text] / K. A. Keough, P. G. Zimbardo, J. N. Boyd // Basic and applied social psychology. – 21(2). – p. 149-164.
10. Padawer E. A., Jacobs-Lawson J. M., Hershey D. A., Thomas D. G. Demographic Indicators as Predictors of Future Time Perspective [Text] / E. A. Padawer, J. M. Jacobs-Lawson, D. A. Hershey, D. G. Thomas // Curr Psychol / – September, 2007. – 26. – p. 102-108.
11. The Time Paradox. Surveys [E-source] // The Time Paradox. The New Psychology of the Time That Will Change Your Life. Download stream : www.thetimeparadox.com
12. Vowinckel J., Bohlmeijer E. T., Westerhof G. J. Balanced Time Perspectives and Mindfulness [E-source] / J. Vowinckel, E. T. Bohlmeijer, G. J. Westerhof // Mental Health Promotion. – August, 2012. – Download Stream : [http://essay.utwente.nl/62422/1/Vowinckel_J.C._s0160067_\(verslag\).pdf](http://essay.utwente.nl/62422/1/Vowinckel_J.C._s0160067_(verslag).pdf)